



## LISTE DES RESSOURCES DU TERRITOIRE

### **Papineau**

10, rue Noël suite 107  
Gatineau (Québec) J8Y 3W9  
Téléphone : (819) 771-1546  
Télécopieur : (819) 771-7491  
Courriel : [espaceoutaouais@videotron.ca](mailto:espaceoutaouais@videotron.ca)

2020

MEMBRE DU REGROUPEMENT  
DES ORGANISMES ESPACE DU QUÉBEC

[espacesansviolence.org](http://espacesansviolence.org)

## AÎNÉS

<b>Nom de l'organisme</b>	<b>Mission</b>
<p><b>Association des bénévoles de la Vallée-de-la-Lièvre (L')</b> (819) 281-4343 <a href="mailto:associationdesbenevoles@videotron.ca">associationdesbenevoles@videotron.ca</a></p>	<p>Services offerts aux personnes âgées tels que le maintien à domicile et les visites d'amitié.</p>
<p><b>Centre d'entraide des aînés de Buckingham (Le)</b> (819) 281-2349</p>	<p>Offre des services d'aide aux personnes seules et aux familles démunies dans le besoin.</p>
<p><b>Comité régional du troisième âge de la Petite-Nation</b> (819) 983-1565 <a href="mailto:cr3a@tlb.sympatico.ca">cr3a@tlb.sympatico.ca</a></p>	<p>Services offerts aux personnes âgées tels que le maintien à domicile, des visites, un programme d'assistance pour les repas, un centre d'information et documentation et une journée d'activités avec la Société Alzheimer.</p>
<p><b>La cantine des aînés et aînées de Buckingham</b> (819) 986-5712 <a href="mailto:larosepauline@videotron.ca">larosepauline@videotron.ca</a></p>	<p>Centre de préparation et de distribution de nourriture ayant pour but de promouvoir et défendre les intérêts des personnes âgées.</p>

## ALIMENTATION

<b>Nom de l'organisme</b>	<b>Mission</b>
<p><b>Banque Alimentaire de la Petite-Nation</b> (819) 983-3191 <a href="mailto:bapn_mrcp@yahoo.ca">bapn_mrcp@yahoo.ca</a></p>	<p>Centre de distribution d'aliments aux personnes et familles démunies.</p>
<p><b>La mie de l'entraide</b> (819) 281-3231 <a href="mailto:lamiedelentraide@videotron.ca">lamiedelentraide@videotron.ca</a></p>	<p>Offre un service de distribution de denrées alimentaires aux personnes dans le besoin.</p>

## DÉFICIENCE / HANDICAPS

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p><b>Association pour personnes handicapées de Papineau</b>            (819) 983-2648            info@laphp.ca  <a href="http://laphp.ca">laphp.ca</a></p>	<p>Animation auprès des personnes ayant un handicap physique et/ou une déficience intellectuelle. L'Association offre notamment de l'accompagnement pour des activités et loisirs.</p>
<p><b>Association pour Personnes Exceptionnelles de Papineau</b>            (819) 986-5758  <a href="mailto:assoc.pep@hotmail.com">assoc.pep@hotmail.com</a></p>	<p>Activités de jour pour personnes avec déficience intellectuelle.</p>
<p><b>Atelier de formation socioprofessionnelle de la Petite-Nation</b>            (819) 983-6373            atelierfspn.org            atelierfspn@videotron.ca</p>	<p>Offre des services de formation socioprofessionnelle et des activités préparatoires à l'emploi pour personnes avec une déficience intellectuelle, un handicap physique et/ou un problème de santé mentale.</p>
<p><b>Grenier d'apprentissage Jacques L. Charbonneau</b>            (819) 281-6470  <a href="mailto:sfgrenier@videotron.ca">sfgrenier@videotron.ca</a></p>	<p>Offre des services aux personnes avec déficience intellectuelle au niveau du développement socioaffectif, langagier, cognitif, moteur et de l'autonomie. Ils offrent des services en lien avec l'alphabétisation, des activités d'artisanat, des sorties culturelles, des activités familiales, des activités de cuisine multiculturelle et culture générale.</p>

## ENFANTS / JEUNESSE

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p><b>La Maison des jeunes de Chénéville</b>            (819) 428-1780</p>	<p>Maison de jeunes offrant des programmes récréatifs, éducatifs, ainsi que de création et d'implication communautaire.</p>
<p><b>M-Ado jeunes</b>            (819) 281-2570  <a href="mailto:madojeune@videotron.ca">madojeune@videotron.ca</a>  <a href="http://madojeunes.tripod.com">http://madojeunes.tripod.com</a></p>	<p>Maison de jeunes offrant un lieu d'appartenance, de rencontres, ainsi que des activités multiples.</p>

<p><b>Prévention C.É.S.A.R. Petite-Nation</b> (819) 427-5141 <a href="mailto:preventioncesar@videotron.ca">preventioncesar@videotron.ca</a></p>	<p>Maison de jeunes et centre de prévention en toxicomanie.</p>
<p><b>Salon des jeunes de Thurso 'Le Spot'</b> (819) 985-0111 <a href="mailto:salondesjeunes@gmail.com">salondesjeunes@gmail.com</a></p>	<p>Maison de jeunes offrant des programmes récréatifs, éducatifs, ainsi que de création et d'implication communautaire.</p>

## SANTÉ MENTALE / DÉPENDANCES

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p><b>Le boulev'art de la Vallée</b> (819) 281-0680 <a href="mailto:adminboulevard@videotron.ca">adminboulevard@videotron.ca</a></p>	<p>Centre de jour pour adulte ayant des défis à relever en santé mentale. L'organisme offre des activités de soutien et d'accompagnement tel que de la cuisine collective, des ateliers d'art et de peinture, etc.</p>
<p><b>Organisme d'aide et de support à l'intégration sociale (ODASIS)</b> (819) 983-2280 <a href="mailto:odasisnamur@sympatico.ca">odasisnamur@sympatico.ca</a></p>	<p>Offre des activités de jour favorisant les interactions sociales, l'insertion et réinsertion au travail pour des personnes avec une problématique de santé mentale.</p>
<p><b>S.O.S. Contact Al-To inc.</b> (819) 281-0288 <a href="mailto:soscontact@hotmail.com">soscontact@hotmail.com</a> <a href="http://madojeunes.tripod.com/soscontact">http://madojeunes.tripod.com/soscontact</a></p>	<p>Offre des services de promotion de la santé et de prévention des problèmes de toxicomanie auprès des jeunes de 12-18 ans. L'organisme offre aussi de l'aide et du support aux adultes aux prises avec des problèmes de toxicomanie.</p>

## SERVICES À LA FAMILLE

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<b>Maison de la famille Petite-Nation</b> (819) 983-4384 <a href="mailto:maisonfamillep-n@videotron.ca">maisonfamillep-n@videotron.ca</a> <a href="http://n.ca">n.ca</a>	Organisme œuvrant pour la défense et la promotion des intérêts des familles offrant des services d'aide et d'entraide.
<b>Maison de la famille Vallée-de-la-Lièvre</b> (819) 281-4359 <a href="mailto:Maison179@videotron.ca">Maison179@videotron.ca</a> <a href="http://www.mdf-valleedelalievre.ca">www.mdf-valleedelalievre.ca</a>	Organisme œuvrant pour la défense et la promotion des intérêts des familles offrant des services d'aide et d'entraide.

## SOINS DE SANTÉ

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<b>Regroupement Syndrome Post-Polio de l'Outaouais</b> (819) 281-0686 <a href="mailto:post.polio@videotron.ca">post.polio@videotron.ca</a>	Offre des services de défense des droits et des groupes d'entraide.

## VIOLENCE CONJUGALE

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<b>Centre Actu-Elle (Le)</b> (819) 986-9713 <a href="mailto:info@actuelle.ca">info@actuelle.ca</a> <a href="http://centreactuelle.ca">centreactuelle.ca</a>	Services offerts aux femmes tels que des rencontres d'information sur la santé et la connaissance de soi, des cours avec service de garderie, des activités organisées par la communauté, de l'aide individuelle et de groupe. Le centre œuvre à la sensibilisation à la violence conjugale et à son dépistage.
<b>Maison d'hébergement pour Elles des Deux Vallées (La)</b> (819) 986-8286 <a href="mailto:accueil@maisondeuxvallees.com">accueil@maisondeuxvallees.com</a>	Maison d'hébergement pour femmes et enfants violentés. L'organisme offre des services tels que de l'hébergement, une ligne d'écoute 24/7, de l'accompagnement, du suivi et des consultations.

## **AUTRES RESSOURCES :**

### **CLSC, points de service :**

**CLSC de la Vallée-de-la-Lièvre** (819) 986-3359

**CLSC Val-des-Bois** (819) 454-2355

**CLSC de la Petite-Nation** (819) 983-7341

**Info santé** 811, option #1

**Centre hospitalier de Papineau** (819) 986-3341